MUHASABAH

Abu Asma Andre

MUHASABAH

Abu Asma Andre

بسم الله الرحمن الرحيم

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادي له وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله.

يَا أَيُّهَا الّذِينَ آمَنُواْ اتّقُواْ اللّهَ حَقّ تُقَاتِهِ وَلاَ تَمُوتُنّ إِلاّ وَأَنْتُمْ مّسْلِمُون

يَآ أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوْا رَبَّكُمُ الَّذِيْ خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثِيْراً وَنِسَآءً وَاتَّقُوْا اللَّهَ الَّذِيْ تَسَآءَلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيْباً

يَا أَيُّهَا الّذِينَ آمَنُواْ اتّقُواْ اللّهَ وَقُولُواْ قَوْلاً سَدِيداً . يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَن يُطِعِ اللّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزاً عَظِيماً

أما بعد: فإن أصدق الكلام كلام الله وخير الهدي هدي محمد وشر الأمور محدثاتها وكل محدثة بدعة وكل بدعة ضلالة وكل ضلالة في النار.

Manusia pada umumnya apabila melakukan perniagaan maka akan memperhitungkan potensi keuntungan sebagaimana resiko kerugian. Segala hal di inventarisir untuk mempersiapkan segala kemungkinan. Padahal secara hakikat perniagaan yang sesungguhnya adalah dengan Allah ﷻ, sebagaimana Allah ﷻ berfirman :

إِنَّ ٱللَّهَ ٱشْتَرَىٰ مِنَ ٱلْمُؤْمِنِينَ أَنفُسَهُمْ وَأَمْوَٰلَهُم بِأَنَّ لَهُمُ ٱلْجَنَّةَ

" *Sesungguhnya Allah telah membeli dari orang-orang mukmin diri dan harta mereka dengan memberikan surga untuk mereka...* " **(QS At Taubah : 111)**

Rasulullah ﷺ bersabda :

أَلَا إِنَّ سِلْعَةَ اللهِ غَالِيَةٌ، أَلَا إِنَّ سِلْعَةَ اللهِ الجَنَّةُ

" *Sesungguhnya barang dagangan Allah itu mahal, sesungguhnya barang dagangan Allah itu surga.* " **(HR Al Imam At Tirmidzi)**

Muhasabah adalah usaha untuk mencermati perniagaan dengan Allah ﷻ, apakah seorang hamba merugi ataukah berpotensi mendapatkan untung, berikut penjelasannya.

Mensyukuri Nikmat Usia

Usia adalah nikmat Allah ﷻ yang sangat berharga bagi seorang manusia, dengan usia yang ada manusia diberikan kesempatan untuk beramal, sebagaimana Allah ﷻ berfirman :

وَٱلۡعَصۡرِ ۝١ إِنَّ ٱلۡإِنسَٰنَ لَفِي خُسۡرٍ ۝٢ إِلَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلۡحَقِّ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلصَّبۡرِ ۝٣

" *Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal shaleh dan saling menasehati diatas kebenaran dan saling menasehati diatas kesabaran.* " **(QS Al Ashr)**

Surat ini dengan jelas menegaskan bahwa keberuntungan seorang manusia didapatkan melalui empat hal :

1. Iman
2. Amal shaleh
3. Saling menasihati diatas kebenaran dan
4. Saling menasihati diatas kesabaran.

Terkait surat ini, Al Imam Asy Syafi'i *rahimahullah* berkata : " Jika Allah ﷻ tidak menurunkan hujjah atas hamba kecuali hanya surat ini, maka sungguh itu telah mencukupi bagi hamba. "

Usia (waktu) adalah modal seseorang untuk beramal, berkata Abu Zaid At Thufuri *rahimahullah* : " Malam dan siang adalah modal kekayaan seorang muslim, keuntungannya adalah surga sedangkan kerugiannya adalah neraka. " [1]

Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* berkata : " Dan ketahuilah bahwa tahun-tahun kehidupan laksana pohon dimana bulan-demi bulan menjadi cabangnya. Hari yang dijalani ibarat ranting dan jam adalah daunnya, sementara nafas manusia adalah buahnya. Siapa nafasnya dipergunakan untuk mengkuti Al Qur-an dan As Sunnah maka buahnya adalah kebaikan.

[1] ***Az Zuhd*** 1/297, Imam Al Baihaqi rahimahullah.

Siapa yang nafasnya yang diisi dengan kemaksiatan, maka buahnya adalah kepahitan dan penderitaan. " [2]

Makna Muhasabah

Secara bahasa muhasabah diambil dari huruf yang membentuknya ب س ح yang menunjukkan jumlah atau perhitungan, hal ini sebagaimana dalam firman Allah ﷻ :

وَكَأَيِّن مِّن قَرْيَةٍ عَتَتْ عَنْ أَمْرِ رَبِّهَا وَرُسُلِهِۦ فَحَاسَبْنَـٰهَا حِسَابًا شَدِيدًا وَعَذَّبْنَـٰهَا عَذَابًا نُّكْرًا ﴿٨﴾

" *Dan berapa banyaknya (penduduk) negeri yang mendurhakai perintah Tuhan mereka dan rasul-rasul-Nya, maka Kami hisab penduduk negeri itu dengan hisab yang keras, dan Kami azab mereka dengan azab yang mengerikan*. " **(QS Ath Thalaq : 8)**

Juga menunjukkan kepada pemberian yang mencukupi sebagaimana Allah ﷻ berfirman :

جَزَآءً مِّن رَّبِّكَ عَطَآءً حِسَابًا ﴿٣٦﴾

" *Sebagai pembalasan dari Tuhanmu dan pemberian yang cukup banyak*. " **(QS An Nabaa 36)**

زُيِّنَ لِلَّذِينَ كَفَرُوا۟ ٱلْحَيَوٰةُ ٱلدُّنْيَا وَيَسْخَرُونَ مِنَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ۘ وَٱلَّذِينَ ٱتَّقَوْا۟ فَوْقَهُمْ يَوْمَ ٱلْقِيَـٰمَةِ ۗ وَٱللَّهُ يَرْزُقُ مَن يَشَآءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴿٢١٢﴾

" *Kehidupan dunia dijadikan indah dalam pandangan orang-orang kafir, dan mereka memandang hina orang-orang yang beriman. Padahal orang-orang yang bertakwa itu lebih mulia daripada mereka di hari kiamat dan Allah memberi rezki kepada orang-orang yang dikehendaki-Nya tanpa batas*. " **(QS Al Baqarah : 212)** [3]

[2] ***Al Fawaid*** hal 214.
Saya memiliki tulisan dengan judul " ***Jangan Sampai Kita Menyesal*** " yang dapat diunduh pada tautan berikut ini : https://archive.org/details/jangan-sampai-kita-menyesal

[3] Saya memliki tulisan dengan judul " ***Hidupmu Hanya Lima Menit*** " yang dapat diunduh pada tautan berikut ini : https://archive.org/details/hidupmu_hanya_lima_menit

Al Imam Ibnu Manzhur *rahimahullah* berkata : " Al hisāb dan al muhāsabah " maknanya adalah menghitung sesuatu, dikatakan حسب الشّيء يحسبه hasaba asy syaī'a yahsubuhu (dengan dhammah), berarti menghitung atau memperhitungkan sesuatu. حسبا وحسابا وحسابة hisāban, hisāb, dan hisābah : artinya menghitungnya. Adapun muhāsabah berarti saling menghitung (saling menghisab atau memperhitungkan). Seorang laki-laki disebut hāsib dari kaum yang disebut hassāb atau hussāb (yakni mereka yang ahli menghitung).

Allah ﷻ berfirman :

ٱقۡرَأۡ كِتَٰبَكَ كَفَىٰ بِنَفۡسِكَ ٱلۡيَوۡمَ عَلَيۡكَ حَسِيبٗا ١٤

" *Bacalah kitabmu, cukuplah dirimu sendiri pada waktu ini sebagai penghisab terhadapmu*." **(QS Al Israa : 14)** maknanya adalah cukup bagi dirimu untuk menjadi penghitung bagi diri sendiri.[4]

Adapun secara istilah, Al Imam Al Munawi *rahimahullah* berkata : " Penyelesaian perhitungan seseorang terhadap dirinya atau yang menjadi tanggung jawabnya. " [5]

Adapun makna muhasabah diri sebagaimana dikatakan oleh Al Imam Al Mawardziy *rahimahullah* : " Hendaknya seseorang menelaah pada malam harinya apa yang telah ia lakukan di siang harinya. Jika perbuatannya itu terpuji, maka ia melanjutkannya dan menambah dengan yang serupa dan sejalan dengannya. Namun jika perbuatannya tercela, maka ia memperbaikinya jika memungkinkan, dan berhenti dari melakukan hal serupa di masa yang akan datang." [6]

[4] ***Lisaanul 'Arab*** 1/313-314.
[5] ***At Tauqif'*** hal 297.
[6] ***Adabud Dunyaa Wad Diin*** hal 342.

Salah satu amalan yang hendaknya kita lakukan dalam setiap hari-hari kita adalah memperbanyak muhasabah diri. Muhasabah artinya memperhatikan amalan diri, kemudian meninggalkannya apabila itu berupa kejelekan dan tetap terus mempertahankan amal kebaikan yang telah dilakukan. [7]

Pentingnya Muhasabah Diri

Allah ﷻ berfirman :

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَلۡتَنظُرۡ نَفۡسٞ مَّا قَدَّمَتۡ لِغَدٖۖ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَۚ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرُۢ بِمَا تَعۡمَلُونَ ١٨ وَلَا تَكُونُواْ كَٱلَّذِينَ نَسُواْ ٱللَّهَ فَأَنسَىٰهُمۡ أَنفُسَهُمۡۚ أُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡفَٰسِقُونَ ١٩ لَا يَسۡتَوِيٓ أَصۡحَٰبُ ٱلنَّارِ وَأَصۡحَٰبُ ٱلۡجَنَّةِۚ أَصۡحَٰبُ ٱلۡجَنَّةِ هُمُ ٱلۡفَآئِزُونَ ٢٠

" Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada mereka sendiri. Mereka itulah orang-orang yang fasik. Tidaklah sama penghuni-penghuni neraka dengan penghuni-penghuni jannah, penghuni-penghuni jannah itulah orang-orang yang beruntung. " **(QS Al Hasyr 18 - 20)**

Al Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* berkata : " Telah jelas wajibnya muhasabah (introspeksi) diri dari firman Allah ﷻ : Wahai orang-orang yang beriman ! bertakwalah kepada Allah, dan hendaklah setiap jiwa memperhatikan apa yang telah ia persiapkan untuk hari esok. " (QS Al Hasyr : 18)

Allah ﷻ berfirman : " Hendaklah setiap orang melihat apa yang telah ia siapkan untuk hari kiamat — apakah berupa amal-amal saleh yang dapat menyelamatkannya, atau justru amal-amal buruk yang akan membinasakannya ?

[7] ***A'maalul Quluub*** hal 362.

Qatadah berkata : " Rabb kalian terus-menerus mendekatkan hari kiamat hingga menjadikannya seperti esok hari (yakni sangat dekat). " [8]

عن شدّاد بن أوس عن النّبيّ صلّى الله عليه وسلّم قال: الكيّس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت، والعاجز من أتبع نفسه هواها وتمنّى على الله

Dari Syadaad bin Aus ﷺ dari Nabi ﷺ dimana beliau bersabda : " *Orang yang cerdas adalah orang yang mengoreksi (menghisab) dirinya dan beramal untuk kehidupan setelah kematian. Sedangkan orang yang lemah adalah orang yang mengikuti hawa nafsunya dan (hanya) berangan-angan kepada Allah.*" **(HR Imam At Tirmidzi)** [9]

'Umar bin Khaththab ﷺ berkata :

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوا أنفسكم قبل أن توزنوا. فإنّه أهون عليكم في الحساب غدا، أن تحاسبوا أنفسكم اليوم، وتزيّنوا للعرض الأكبر يَوْمَئِذٍ تُعْرَضُونَ لا تَخْفى مِنْكُمْ خافِيَةٌ

" Hisablah (introspeksilah) diri kalian sebelum kalian dihisab (diperhitungkan amalnya), dan timbanglah diri kalian sebelum kalian ditimbang (amalnya). Karena sesungguhnya akan lebih ringan bagi kalian dalam perhitungan esok (di akhirat), jika kalian menghisab diri kalian hari ini. Dan bersiaplah untuk menghadapi hari ditampakkannya seluruh amal di hadapan Allah."[10]

---

[8] ***Ighasatul Lahafaan*** 1/101.

[9] HR Imam At Tirmidzi no 2577.
Saya memiliki tulisan dengan judul " ***Jangan Lalai*** " yang dapt diunduh pada tautan berikut ini : https://archive.org/details/jangan-lalai

[10] ***Muhasabatun Nafs*** 22, Imam Ibnu Abid Dunya *rahimahullah.*

Imam Al Hassan Al Bashri *rahimahullah* berkata :

إنّ العبد لا يزال بخير ما كان له واعظ من نفسه، وكانت المحاسبة من همّته

" Sesungguhnya seorang hamba akan senantiasa berada diatas kebaikan selama dia senantiasa menasihati dirinya dan muhasabah merupakan salah satu kesibukannya. " [11]

Imam Maimun bin Mihraan *rahimahullah* berkata :

لا يكون الرّجل تقيّا حتّى يكون لنفسه أشدّ محاسبة من الشّريك لشريكه

" Seseorang tidak akan menjadi orang yang bertakwa hingga ia lebih keras dalam menghisab (mengoreksi) dirinya sendiri daripada seorang mitra terhadap mitranya dalam urusan bisnis."[12]

Manfaat Muhasabah Diri

Al Imam Al Ghazali *rahimahullah* berkata : " Ketahuilah bahwa tujuan para pelaku perdagangan yang bersekutu dalam barang dagangan ketika melakukan perhitungan adalah keuntungan. Sebagaimana seorang pedagang meminta bantuan kepada rekannya dengan menyerahkan harta untuk diperdagangkan, lalu kemudian menghitung hasilnya, demikian pula akal adalah modal sang pedagang dalam perjalanannya menuju akhirat.

Tujuan dan keuntungannya adalah penyucian jiwa, karena dengan itulah tercapai keberuntungan. Allah ﷻ berfirman :

قَدۡ أَفۡلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ۝٩ وَقَدۡ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا ۝١٠

" *Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya*. " **(QS Asy Syams : 9 - 10)**

Sesungguhnya keberuntungan jiwa diraih melalui amal-amal shaleh. Dan akal memerlukan bantuan jiwa dalam perdagangan ini, karena akal menggunakan dan mempekerjakannya

[11] ***Muhasabatun Nafs*** 34, Imam Ibnu Abid Dunya *rahimahullah.*
[12] ***Muhasabatun Nafs*** 25, Imam Ibnu Abid Dunya *rahimahullah.*

dalam hal-hal yang menyucikannya, sebagaimana seorang pedagang memanfaatkan mitra atau pembantunya untuk menjalankan usaha atas hartanya.

Sebagaimana rekan usaha bisa berubah menjadi pihak yang berselisih dan berebut keuntungan, maka ia perlu diajak berakad terlebih dahulu, kemudian diawasi, lalu dihitung hasilnya, dan jika perlu, dihukum atau ditegur, demikian pula akal perlu membuat perjanjian (musharahah) dengan jiwa di awal, membebankan kewajiban padanya, menetapkan syarat-syarat, menunjukkan jalan keberuntungan, dan menetapkan tekad untuk menempuh jalan tersebut.

Kemudian akal tidak boleh lengah dari mengawasinya walau sekejap. Karena jika dibiarkan, jiwa tidak akan menampakkan kecuali pengkhianatan dan pemborosan terhadap modal, sebagaimana hamba sahaya yang berkhianat jika dibiarkan sendirian bersama harta. Setelah itu, harus dilakukan perhitungan (muhasabah) terhadap jiwa dan dituntut untuk memenuhi apa yang telah disyaratkan.

Ini adalah perdagangan yang keuntungannya adalah surga tertinggi dan sampai ke Sidratul Muntaha bersama para nabi dan syuhada. Maka, ketelitian dalam menghitung amal jiwa jauh lebih penting dibandingkan menghitung keuntungan dunia yang sangat remeh dibandingkan dengan kenikmatan akhirat.

Padahal dunia ini pada akhirnya akan sirna dan lenyap. Tidak ada kebaikan hakiki dalam kebaikan yang tidak abadi. Bahkan, keburukan yang tidak abadi lebih baik daripada kebaikan yang tidak abadi. Sebab jika keburukan itu berakhir, maka yang tersisa adalah kegembiraan atas berakhirnya keburukan itu. Sedangkan jika kebaikan yang tidak abadi telah berlalu, maka yang tersisa adalah penyesalan atas kehilangannya.

Oleh karena itu, dikatakan :

أشدّ الغمّ عندي في سرور... تيقّن عنه صاحبه انتقالا

" Kesedihan terdalam bagiku adalah pada kegembiraan
yang diyakini oleh pelakunya akan segera berlalu."

Maka, wajib bagi orang yang memiliki tekad dan iman kepada Allah ﷻ dan hari akhir, untuk tidak lengah dari melakukan muhasabah (perhitungan) terhadap jiwanya, mempersempit ruang geraknya dalam setiap gerak-gerik, diam, lintasan hati, dan langkahnya.

Karena setiap helaan nafas dari umur ini adalah permata yang sangat berharga, yang tidak ada gantinya. Dengannya bisa dibeli harta karun yang kenikmatannya tiada akhir selama-lamanya. Maka, jika nafas-nafas ini berlalu sia-sia atau digunakan dalam hal yang membawa kebinasaan, itu adalah kerugian besar yang dahsyat, yang tak akan diterima oleh jiwa yang berakal.

Maka, apabila seseorang hamba telah menunaikan shalat shubuh, hendaknya ia meluangkan waktu sejenak untuk membuat perjanjian dengan jiwanya (musharahah), sebagaimana seorang pedagang saat menyerahkan barang kepada rekannya ia meluangkan waktu untuk membuat kesepakatan.

Ia berkata kepada jiwanya : " Tidak ada harta yang aku miliki selain umur ini. Jika umur ini habis, maka habis pula modal usahaku dan hilanglah harapan untuk berdagang dan memperoleh keuntungan. Hari baru ini adalah kesempatan yang Allah ﷻ beri padaku. Allah ﷻ menangguhkan ajalku dan menganugerahiku hidup di hari ini. Jika seandainya Dia mencabut nyawaku, pasti aku akan berharap dikembalikan ke dunia walau hanya satu hari agar bisa beramal shaleh. Maka, anggaplah dirimu telah mati, lalu dikembalikan. Maka, hati-

hatilah dan jangan sampai menyia-nyiakan hari ini, karena setiap nafas dari hari ini adalah permata yang sangat berharga. " [13]

Maka apabila dicermati ungkapan diatas maka diantara manfaat muhasabah adalah :

1. Dengannya akan terwujudkan kebahagiaan dunia dan akhirat.
2. Mendatangkan kecintaan dan keridhaan Allah ﷻ.
3. Merupakan alamat kebaikan seorang hamba.
4. Akan dijauhkan dari syaithan.
5. Merupakan alamat dari kebenaran rasa takut seseorang kepada Allah ﷻ, dan masih banyak lagi manfaatnya.

Perhatikan Sesudah Beramal

Muhasabah terbagi menjadi dua :

1. Sebelum beramal
2. Sesudah beramal

Adapun **sebelum beramal** seseorang berhenti sejenak untuk mencermati kehendak dan keinginannya, tidak terburu buru untuk melakukannya sampai datang kejelasan bahwa lebih baik mengerjakan daripada meninggalkannya.

Al Imam Al Hassan Al Bashri *rahimahullah* :

رحم الله عبدا وقف عند همّه، فإن كان لله مضى، وإن كان لغيره تأخّر.

" Semoga Allah merahmati seorang hamba yang berhenti sejenak saat muncul keinginannya (niat atau tekad) jika keinginan itu karena Allah ﷻ, maka ia terus maju, dan jika bukan karena-Nya, maka ia mundur."

[13] ***Ightasatul Lahafaan*** 97 – 99, karya Al Imam Ibnul Qayyim rahimahullah.

Adapun yang kedua : **sesudah beramal** maka terbagi menjadi tiga :

Pertama : Seseorang harus menghisab dirinya atas ketaatan yang telah ia lakukan namun ia lalai dalam menunaikan hak Allah ﷻ di dalamnyakarena ia tidak melakukannya sebagaimana mestinya.

Adapun hak Allah ﷻ dalam sebuah ketaatan itu ada enam perkara :

1. Ikhlas dalam amal,
2. Memberikan nasihat (kejujuran dan kesungguhan) kepada Allah ﷻ dalam amal itu,
3. Mengikuti Rasulullah ﷺ di dalamnya (sesuai sunnah),
4. Merasa diawasi oleh Allah ﷻ saat melakukannya (muraqabah),
5. Menyaksikan (menyadari) bahwa itu semua terjadi karena karunia dan anugerah Allah ﷻ,
6. Menyadari kekurangan diri dalam amal itu, meskipun telah melakukan semua hal di atas.

Maka, seseorang harus menghisab dirinya : Apakah ia telah menunaikan hak-hak tersebut dengan benar ? Apakah ia telah menghadirkan keenam hal itu dalam ketaatannya tersebut ?

Kedua : Seseorang menghisab dirinya atas setiap perbuatan yang andai ditinggalkan akan lebih baik baginya daripada dilakukan.

Ketiga : Seseorang menghisab dirinya atas perkara yang mubah (boleh), atau kebiasaan sehari-hari. mengapa ia melakukannya ?

- Apakah ia melakukannya dengan tujuan karena Allah ﷻ dan akhirat ? Maka itu menjadi keuntungan baginya.
- Ataukah ia melakukannya demi dunia dan kenikmatan sesaatnya ? Maka ia akan rugi, dan kehilangan keberuntungan (pahala) darinya. [14]

[14] ***Ihyaa 'Ulumuddin*** 4/394 – 395.

Pada kesempatan lain Al Imam Al Ghazali *rahimahullah* menjelaskan hakikat muhasabah setelah beramal : " Ketahuilah bahwa sebagaimana seorang hamba memiliki waktu di awal hari untuk membuat perjanjian dengan dirinya sendiri, berupa nasihat dalam kebenaran, maka seharusnya ia juga memiliki waktu di akhir hari untuk memperhatikan diri dan menghitung-hitung amal perbuatannya — seluruh gerakan dan diamnya — sebagaimana para pedagang di dunia memperhitungkan mitra mereka di akhir setiap tahun, bulan, atau hari, karena kesungguhan mereka terhadap dunia dan rasa takut mereka akan kerugian, padahal seandainya mereka rugi, maka kerugian itu mungkin lebih baik bagi mereka. Dan jika mereka mendapatkan keuntungan, tidak lain hanya akan bertahan selama beberapa hari yang sedikit jumlahnya. Maka, bagaimana mungkin orang yang berakal tidak menghitung dirinya dalam perkara yang menyangkut kebahagiaan atau kesengsaraan abadi ? Apa arti kelalaian ini selain karena lupa, tertipu, dan kurangnya taufik — kita memohon perlindungan kepada Allah ﷻ dari semua itu."[15]

Rukun Muhasabah

Setelah mengetahui pentingnya muhasabah terhadap diri sendiri, maka timbul suatu penting, hal apa yang dapat membangkitkan motivasi muhasabah ? mungkin perkataan Al Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* berikut ini bisa menjelaskannya.

Al Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* menjelaskan rukun rukun muhasabah : " Berkata penulis kitab Al Manaazil : rukun muhasabah ada tiga :

Pertama : Hendaknya engkau membandingkan antara nikmat yang Allah ﷻ berikan kepadamu dengan pelanggaran (dosa) yang engkau lakukan — maksudnya, membandingkan antara apa yang datang dari Allah ﷻ dan apa yang datang darimu. Maka pada saat itu akan tampak jelas perbedaan yang sangat jauh. Sudah pasti, tidak ada yang dapat menyelamatkan kecuali ampunan dan rahmat-Nya, atau kalau tidak, maka kebinasaan dan kehancuran.

[15] ***Ihyaa 'Ulumuddin*** 4/405.

Dengan perbandingan ini, engkau akan mengetahui hakikat dirimu dan sifatnya, serta keagungan dan kemuliaan Rububiyyah Allah, bahwa hanya Allah ﷻ yang sempurna dalam segala hal dan Maha Pemberi segala karunia. Setiap nikmat dari-Nya adalah anugerah dan setiap bencana dari-Nya adalah keadilan.

Kemudian bandingkan pula antara amal-amal baik dan amal-amal burukmu. Dengan perbandingan ini, engkau akan mengetahui mana yang lebih banyak dan lebih berat (di timbangan amal), baik dari segi jumlah maupun dari segi kualitasnya.

Kedua : Hendaknya engkau membedakan antara hak Allah ﷻ atasmu — berupa kewajibanmu untuk beribadah, mentaati perintah-Nya, dan menjauhi maksiat — dengan apa yang menjadi hakmu dan kewajibanmu terhadap dirimu sendiri.

Apa yang menjadi hakmu adalah hal-hal yang dibolehkan secara syar'i (mubah menurut syariat). Maka, engkau memiliki kewajiban (terhadap Allah ﷻ), dan engkau juga memiliki hak. Maka tunaikanlah apa yang menjadi kewajibanmu, niscaya engkau akan mendapatkan apa yang menjadi hakmu.

Ketiga : Hendaknya engkau mengetahui bahwa setiap ketaatan yang engkau ridhai dari dirimu sendiri (yakni, engkau merasa puas dan bangga dengannya), maka itu menjadi beban atasmu. Dan setiap maksiat yang engkau cela pada saudaramu, maka itu akan kembali kepadamu (engkau pun tidak luput darinya atau berpotensi terjatuh dalam hal serupa).

Sebab, kerelaan seorang hamba terhadap ketaatan dirinya sendiri adalah tanda bahwa ia berprasangka baik terhadap dirinya (terlalu percaya diri), tidak mengenal hakikat penghambaan kepada Allah ﷻ, dan tidak memahami apa yang sebenarnya layak bagi Tuhan Yang Maha Agung — baik dalam hal pengagungan, penghormatan, maupun ibadah yang sepantasnya diberikan kepada-Nya.[16]

[16] ***Madarijus Salikin*** 1/190.

Penutup

Kepandaian mencermati (menghisab) keadaan diri – khususnya didalam penghambaan kepada Allah ﷻ - hal yang langka pada hari ini, dan semakin diperparah dengan praktek muhasabah yang tidak sesuai dengan syariat. Semoga penjelasan yang ringkas tadi dapat memberikan gambaran awal – mengapa kita harus bermuhasabah, dan dengan metode apa perjalanan muhasabah kita.

Abu Asma Andre

2 Rabi'ul Awwal 1447 H

(26 Agustus 2025)

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ